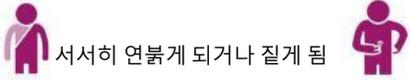


통증과 부기

치료 부위에 약간의 부종이 발생 할 수 있습니다 . 필요하면 파라세타몰 같은 진통제를 복용 하십시오. 통증이 더이상 관리 되지 않 경우 치료팀과 상의 하십시오.

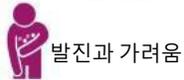
피부반응

복부 치료는 피부 반응이 심하게 나타나지 않을 수 있지만 치료부위가 붉어 질 수 있습니다. 반응이 즉각 나타나지 않을 수 있지만 치료 전반에 걸쳐 점진적으로 나타나는 경향이 있으며, 일반적으로 치료후 2-4주 후에 안정되기 시작합니다.



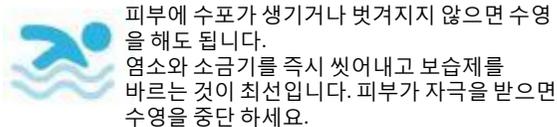
서서히 연복게 되거나 질게 됨

건조하거나 조이는 느낌과 통증



발진과 가려움

피부 반응을 미리 예방 할 수는 없지만, 좀 더 편안하게 느끼도록할수있는방법은있습니다.방사선치료사나 간호사에게 본인의 피부관리 방법에 대해 말씀하십시오. 혹시바꾸어야할사항이있으면알려드릴것입니다.



피부에 수포가 생기거나 벗겨지지 않으면 수영을 해도 됩니다. 염소와 소금기를 즉시 씻어내고 보습제를 바르는 것이 최선입니다. 피부가 자극을 받으면 수영을 중단 하세요.



헐렁한 옷을 입는 것이 좀 더 편안 할 것입니다.



치료 부위를 보호하기 위하여 직사광선을 피 하세요.

참고: 치료중에는 자외선 차단제 사용 금지

위생과 보습

- 필요하면간호사에게보습제를요청하여치료기간동안 사용할 수 있습니다. 선호하는제품이있으면가지고와서간호사에게보여주십시오.
- 보습제를 하루에 여러차례 사용 하도록 하십시오. 치료 시작 직전에는 사용을 삼가하십시오.
- 피부가자극을 받거나, 물집이 생기고 벗겨지면 사용을 중단하십시오.



씻고 목욕하기

물이 너무 뜨겁지 않은지 확인하세요: 평소에 사용하던 제품으로 피부를 부드럽게 씻고 가볍게 두드려 말리세요

치료부위에 하지 말아야 할 것 피해야 할 것



문지르기



끈적한 테이프 사용
{부위에 밴드 같은 것 붙이기}



왁스, 크림이나 면도기 사용
치료 부위나 주변에 제모

연락처

지역 혈액 및 암 서비스

Building 8, Level 4, 오클랜드시내병원

오클랜드 보건지국

전화 : 09 307 4949

리셉션 ext 22631

간호사 ext 22837

급성종양과 ext 23826 (월 -금 8-4pm)

References

1. SCOR—The Society and College of Radiographers, 2021. <https://www.scor.org/news/scor-pdates-radiation-dermatitis-guidelines>.

Illustrated panels from the above reference

2. eviQ - Clinical resources, Side Effect and Toxicity Management, gastrointestinal, last reviewed 7 December 2018, eviQ Cancer Treatments Online, Cancer Institute NSW, <https://www.eviq.org.au/clinical-resources/side-effect-and-toxicity-management/gastrointestinal>

복부 방사선 치료: 부작용

Abdomen

방사선 치료는 치료부위에 부작용을 일으킬 수 있으며, 이는 환자 마다 다르게 나타날 수 있습니다. 방사선 종양 전문의가 동의서를 받는 동안, 단기 및 장기로 발생할 수 있는 부작용에 대해 설명을 해 드릴것입니다.

이 소책자에 단기 부작용에 대해 설명 되어 있습니다. 이러한 증상은 방사선 치료가 진행되는 동안에 나타날 수 있으며 치료 과정이 끝난후 1-2 주 시점에서 최고조에 달할 수 있습니다. 이러한 증상들은 치료 후 약 6주 후에 완화될것 입니다.

치료 1일 또는 2일 차에 환자의 염려 되거나 궁금한 사항에 대해서 종양과 간호사와 같이 논의 할 시간을 갖게 됩니다. 이때 필요에 따라 추가 적인검사가 이루어질 수도 있습니다.

가장 일반적인 부작용

- 피로감
- 메스꺼움과 구토
- 식욕상실 / 체중저하
- 소화불량
- 설사
- 변비
- 통증과 부기
- 피부반응

저희가 도와드리겠습니다!

매일방사선치료사가환자의상태에대해서문습니다. 어떤 문제라도 주저하지 말고 말씀하십시오. 이러한 부작용(리스트에 국한되지 않음)이 발생하는 경우, 중

양학 간호사에게 추가로 논의할 수 있도록 의뢰해 드릴 수 있습니다.

체중 및 식사와 관련된 염려되는 부분을 종양학 영양사로 부터 도움을 받을 수 있습니다.



피로감

피로를 유발하는 다양한 요인들:

- 치료가 정상세포에 미치는 영향
- 질병과 관련된 스트레스
- 매일 치료를 받으러 가는 일
- 치료 이외의 일상과의 균형잡기

제안사항 :

- 균형잡힌 식사 (종양과 팀으로부터 권장되지 않은 보충제는 지양하십시오)
- 충분한 수분섭취 (수분제한이 없는 한)
- 휴식과 운동 (걷기)
- 자기관리 연습 (스스로 편안함을 줄 수 있는 개별적 방법)
- 타인의 도움을 수용하기

메스꺼움과 구토

이는 치료 몇시간 또는 며칠 이내에 발생 할 수 있습니다.

관리 방법 :

- 의사의 항 울렁증 약 처방
- 손목에 지압밴드
- 식단변경 - 영양사와 논의 가능 .

Eating	Drinking
하루에 5회 소량의 식사를 한다 식사를 천천히 하고 잘 씹는다. 차거나 따뜻한 음식 (뜨겁지 않게) 메스꺼울 때는 요리를 하지 않는다. 다른 사람에게 요리를 맡긴다. 너무 달고, 튀긴 음식, 기름지고 매운 음식 또는 냄새가 강한 음식은 피할 것. 페퍼민트나 페퍼민트 차를 마신다. 생강이 든 음식.. 예: 생강 비스킷이나 진저비어 음료수.	하루에 충분한 수분섭취 (수분 섭취 제한이 없는 한) 물을 조금씩 천천히 마신다. 식전에는 물을 많이 마시지 않을 것. 술을 마시지 않을 것. 카페인이나 첨가된 음료를 삼가 할 것.

eviQ, ID: 3100 v.3 - adapted form

구토가 지속될 경우 ?

구토를 하면 수분이 빠져 탈수가 올 수 있습니다.

- 충분한 수분 섭취를 하십시오.(수분제한이 없는 한)
- 방사선치료사나 종양학 간호사에게 도움을 요청하십시오.

식욕저하 / 체중감소

치료기간동안 체중을 유지하는 것이 매우 중요합니다.

식단조절로 관리를 할 수 있습니다. 조금씩 자주 평소보다 조금 더 음식을 먹으면 도움이 됩니다.

종양학 영양사로 부터 도움을 받을 수 있습니다..

소화불량

복부팽만감, 속쓰림 및 트림 (포만감)을 느낄 수 있습니다.

팀에게 도움을 요청 하십시오. 간호사로 부터 속쓰림을 완화 할 수 있는 제사제에 관한 조언을 받을 수 있습니다.

주의 - 변비가 있는 경우에는 반드시 알려 주십시오.

설사

방사선치료는 장내벽을 손상 시킬 수 있습니다. 이로 인하여 장에서 몸으로 이동 되는 물과 영양의 양이 줄어 들 수 있습니다. 장내 여분의 수분이 변을 묽게 할 수 있습니다.

어떻게 관리 해야 할까요?

- 저 섬유질 식이요법 팀에게 이에대한 정보를 요청 하십시오.
- 몇시간 마다 조금씩 자주 음식을 섭취 하십시오.
- 수분을 충분히 섭취 하십시오. (수분제한이 없는 한)
- 설사를 멈추거나 줄이는 약

변비

설사보다는 흔하지 않지만 발생했을 경우에는 반드시 치료팀에게 알리고 간호사의 검사를 받도록 하십시오.